

## ‘Notadan Senfoniye’ Grup Terapisi\*

Gülşen Nevin AKTAŞOĞLU\*\*

### Özet

Bu çalışmada makale psikoterapi enstitüsünde hücum terapisi almış ve bireysel terapileri devam eden farklı kişilik örgütlenmeleri bulunan (narsist, borderline, şizoid, çoklu kişilik bozukluğu) bireyler ile gerçekleştirilen grup terapi seanslarının süreçleri, gözlem değerlendirmeleri psikoterapide bütünleşme boyutunda ele alınmıştır. Çalışma grup seanslarının bireyden gruba etkisi, farklı bireylerin oluşturdukları senfoni, iyileştirirken iyileşme, çoklu kişilik yapısının grup terapi seanslarında varoluşu, terapistin (orkestra şefi) grup seanslarında varlığı ve yokluğunun incelenmesi ayrıca grup seanslarının bütünleşmeye etkisinin daha önce yapılmış araştırma ile kıyaslanarak verilmesi hedeflenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Bütünleşme, Grup Terapisi, İlişki

## “From Note to Symphony” Group Therapy

### Abstract

In this study, the group therapy process of individuals who had intense therapy and ones with organization of different personalities (narcissism, borderline, schizoid, multiple personality disorder) whose personal therapies continue and evaluation of observations have been approached within integration in psychotherapy.

In the study, it was aimed to introduce the effect of an individual on group therapy, the symphony that is created by different people, curing while recovering, the existence of multiple personality structure in group sessions, the examination of therapist's existence and nonexistence in group sessions in comparison with a previous research.

**Keywords:** Integration, Group Therapy, Relational

### Giriş

Grup toplumun en küçük parçasıdır. İnsanlar gruplar halinde yaşar, birbirlerinden etkilenir ve birbirlerini etkilerler. İnsan etkileşim ve iletişim içinde var olur. Psikoterapi gelişiminde sürecinde bireyselden gruba doğru bir değişim ve gelişim söz konusu olmuştur. Bireysel terapilerin yanı sıra, grup terapileri de psikoterapi sürecinde literatüre girmiştir. Grup terapilerinin başlangıcı 20. yy başında Joseph Pratt adında bir iç hastalıkları uzmanının büyük

\*\* Bu çalışma I. Ulusal Bütüncül Psikoterapi Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

\*\* Uzm. Klinik Psikolog, MEB, gulsen.aktasoglu@gmail.com

sayıdaki tüberküloz hastasının tedavisini sağlamak için grup toplantılarıyla hastalarını eğitmeye ve tedavi etmeye başlamasına kadar uzanır. Grup terapisi terimini ilk kez kullanan Moreno, grup yöntemlerini 1920'den önce kullanmıştır (Yalom, 1999).

Bütüncül psikoterapi insanın biyolojik oluşumunu, genetik materyali, anne babanın zihnindeki tasarlanan bebek modelini, doğumdan sonra geldiği dünyaya adaptasyon sürecini, bu dönemdeki ilk algılarını, algıların birleşimini, dürtülerin tatmini ile realitenin acı gerçekliği arasına sıkışmış olan bireysel varoluşunun acı hikayesini, zihindeki kendilik tasarımının oluşum aşmalarını, ötekinin veya dışarının içeride tasarlanması, ötekinin içeridekini yani kendiliği nasıl algıladığının hayali tasarımı, var olan ile içeride tasarlanan kendinin uzaklaştığı veya yakınlığı, ötekinin içeridekini algılaması, ötekinin tasarladığı tasarımın içerideki tarafından farklı bir şekilde algılandığına inanılması, inanılan bu tasarımın karşısındaki tasarımdan uzaklığı veya yakınlığı ve bunların hepsinin mutlak gerçeğe uzaklığı ve yakınlığı gibi soruları araştırır (Özakkaş, 2011). Bütüncül psikoterapi tüm bu etkenler üzerinden bakarak bireyi anlamaya aradaki dinamik ilişkiyi çözümlenmeye çalışır.

İnsan bir öteki ile etkileşim ve iletişim içerisindedir. Tüm bu etkileşim ve iletişim içerisinde birey var olan dünyaya adapte olmaya, dürtülerini tatmin etmeye, realitenin acı gerçekliği ile yüzleşmeye bir ötekiyle kendilik tasarımlarını ve ötekinin içerideki algısıyla yüzleşir. Grup terapisinde de üyeler kendilerini anlama, değiştirme ve kendilerini geliştirme fırsatı bulurlar. Ayrıca grup terapisinde kendilerine karşıdan bakma fırsatı bulur değişme ve gelişme için kendilerine ortam yaratmış olurlar. Bu ortam içerisinde bireyin dinamiklerinin döngülerinin içsel nesne ilişkilerinin kendilik tasarımlarının devre dışı kalacağı düşünülemez.

Bireysel seanslar terapist ve danışan arasında oluşan dinamik bir çok faktöre çeşitli psikoterapi yöntemleri ile bakar. Bu noktada terapistin danışanda harekete geçirdiği dinamikler üzerinden kavramlaştırmaya ve çözmeye çalışır. Grup terapisinde ise, hem terapist ile hem diğer ötekiler ile harekete geçen dinamik yapıyı ortaya konur. Bu bağlamda grup terapileri insanın tüm tasarımlarını tetikleyen bir zemin oluşturabilmektedir. Her insanda büyüme ve olgunlaşmaya yol açabilecek karar verme potansiyeli vardır. Her insanda kendi psikolojik, duygusal ve fiziksel dünyasında gelen bilgileri araştırma ve anlama dürtüsü vardır. Grup terapisi farkına varmada artış, bütünleşme ve yeni davranışların deneyimlenmesi için iyi bir form oluşturur (Naay, 1993).

Hücum tedavisi, bütüncül psikoterapi odaklı on-on beş gün içinde bitirilmesi hedeflenen her biri kırk beşer dakika süren kırk seanstan oluşmuş yapılandırılmış bir programdır.

Bu çalışma, psikoterapi enstitüsü tarafından hücum terapisi almış ve bireysel terapileri devam eden çeşitli kişilik örgütlenmelerine sahip bireylerin oluşturduğu grup terapi seanslarının nitel bir araştırma yöntemi ile gözlemlerinden edinilen bilgilerden oluşmuştur.

### **Amaçlar**

- Grup terapileri içsel nesne ilişkilerinin ve kendilik tasarımlarının ortaya çıkmasına zemin hazırlar.
- Grup terapisinde aktif ilişki söz konusudur. Bu noktada bireyin nesne ilişkileri kendilik tasarımları dürtü faktörleri grup seanslarında ortaya çıkar.
- Grup terapisi kişilik örgütlenmelerinde etkili bir yöntemdir.
- Grup terapilerinde iyileşirken iyileştirme söz konusudur.
- Grup seansları bireyin bütünleşmesinde etkili bir yöntemdir.
- Çoklu kişilik bozukluğuna sahip birey grup seanslarında var olabilir ve gruba katkı sağlar.

### **Kişilik Örgütlenmeleri (Kendilik Bozukluğu)**

Kişilik örgütlenmesi, nesne ile devamlı ve tutarlı bir ilişki örgütlenmesi olarak adlandırılabilir (Özakkaş, 2011). DSM V kişilik bozukluklarını, A kümesi, B kümesi ve C kümesi olarak adlandırmıştır. A kümesinde; kuşkucu ( paranoid) kişilik bozukluğu, şizo gibi (şizoid) kişilik bozukluğu, şizotürü ( şizotipal ) kişilik bozukluğu. B Kümesinde; toplum dışı ( anti sosyal) kişilik bozukluğu, sınırda (borderline) kişilik bozukluğu, histiriyonik kişilik bozukluğu, özsever (narsisistik) kişilik bozukluğu. C Kümesinde; çekingen kişilik bozukluğu, bağımlı kişilik bozukluğu, takıntılı zorlantılı (obsesif-kompulsif) kişilik bozukluğu, olarak sınıflandırmakta, ayrıca diğer kişilik bozuklukları, tanımlanmamış bir diğer kişilik bozukluğu ve tanımlanmamış kişilik bozukluğu olarak diğer bölümleri oluşturmaktadır ( DSM V, 2014).

DSM V genel kişilik bozukluğunu, kişinin yaşadığı kültürün beklentilerinden belirgin olarak sapan, süregiden bir içsel ve davranış örüntüsü olarak tanımlamaktadır ( DSM V. TR, 2014).

Kendilik bozukluğu olan tüm bireyler yaşadıkları ilişkiyi hoşnutsuzluk verici, fiilen ya da potansiyel olarak yıkıcı bulurlar. Bu gerçek kendilik patolojisinin özüdür ve kendilik bozukluklarını açıklamada bize yardımcı olur (Masterson, 2013).

Kişilik örgütlenmeleri, psikoterapinin doğuşundan bugüne, çeşitli kuramlar tarafından farklı açılardan tanımlanmıştır. Bu çalışmada yapılan grup seansları bütüncül psikoterapi alanında olduğundan kişilik bozuklukları, nesne ilişkileri kuramı, dürtü çatışma kuramı ve ilişkisel psikanaliz kuramı ve kendilik kuramı üzerinden kişilik örgütlenmesine bakılmıştır.

Nesne ilişkileri kuramı; içselleştirilmiş nesne ilişkileri üzerinden klinik tabloya bakar. Nesne ilişkilerinin içselleştirilmesi, benlik-üst benlik gelişimindeki en önemli basamaktır. Dengeli bir kendilik kavramı ve dengeli nesne tasarımları oluşturulduğunda, içselleştirilmiş nesne ilişkilerinin olgunlaştığı ve kişiyi bir üst düzeye çıkardığı söylenir (Volkan, 2007).

Dürtü Çatışma Kuramında; kişiliğin özü, itkiler ve savunmalardan oluşur. Bu kuramsal yaklaşıma göre; ruhsal aygıt birbirleriyle ilişkileri olmasına rağmen, tamamen farklı ve özerk çalışma tarzları olan üç düzeyden oluşur (Tura, 2000). Dinamik görüş, ruhsal görüngüleri dürtü kaynaklı güçlerin çatışması ve dayanışması çerçevesinde görür (Tura, 2000). İlişkisel model; insanın temel motivasyon kaynağı olarak insanın doğuştan getirdiği ilişki ihtiyacı/arzusunu görür. İnsanın diğer bütün arzuları ve itkilerinin (biyolojik kökenli olarak dahil) ilişkisel bir bağlamda şekillendiğini savunur. İnsan canlısının doğumundan itibaren oldukça aktif ilişki arayışı içinde olduğunu ifade eder (Michel, 2009). Kendilik bozuklukları kuramında gerçek kendiliğinden vazgeçiş, onun yerine hasarlı sahte kendiliğin oluşumuna bakılır (Masterson, 2013). Bütüncül psikoterapi; insanı tek tarafıyla değil, tüm taraflarıyla açıklamaya çalışmaktadır. Bu noktada terapi yönteminde tüm kuramları bütünleştirmektedir.

Yapılan bu çalışmada, yukarıda bahsedilen tüm kuramların seans içinde yer aldığı gözlenmiştir.

## Yöntem

Bu çalışma psikoterapi enstitüsünde 2008-2011 yılları arasında gerçekleştirilen grup terapi seanslarının video kayırları izlenip deşifre edilerek gerçekleştirilmiştir. Bu noktada nitel bir araştırmadır. Grup seansları aylık periyod parametresi göz önünde tutularak seçkisiz olarak atanmıştır. Farklı tarihlere ait 15 seans gözlenmiştir. Çalışmanın evrenini, psikoterapi enstitüsünde hücum terapisi devam eden bireyler oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini psikoterapi enstitüsü tarafından hücum terapisi bitmiş bireysel terapileri devam eden bireylerden oluşmaktadır. Üyelerde gözlemlenen değişimler çalışmanın güvenilirlik ve geçerliliğini oluşturmaktadır.

## Bulgular

Tüm grup terapileri gözlemlendiğinde, yapılandırılmış bir grup seansı olmadığı, bireysel terapileri destekleyici grup seansları olduğu ortaya konmuştur. Grup üyeleri terapileri süresince grup seanslarına katılmakta, terapileri sonlandığında, grup seansları da sonlandırılmaktadır. Bu nedenle bu çalışmaya grup terapiden çok grup seansları demek daha doğru olabilir.

15 Oturumu gözlemlenen grup seanslarının her bir oturumunun kendine ait bir gündemi olduğu gözlenmiştir. Grup süreci, grup üyelerinin seans odasına gelmesi ile başlar. Terapist tüm grup üyelerinden teker teker o gün konuşmak istedikleri gündemi belirtmelerini istemektedir. Çoğunluğun belirlediği gündem maddesi konuşulmaya başlamaktadır. Grup gündemleri Tablo1 de belirtilmektedir.

**Tablo 1.** Grup Seansları Gündem Konuları

Sayı	Oturum Tarihi	Katılımcı Sayısı	Oturum Gündemi
1	11-2008	10	Kendiliğim Yok, Negatifim Çok, Kurtarın Beni
2	01-2009	12	Tanılar ve Ben
3	03-2009	7	Duyguların İfade Güçlüğü
4	07-2009	8	Ben Kimim-Bu Duygu Kimin-Kaygı-Eşduyum ve Yalnızlık
5	11-2009	7	Grup Üyelerinin Kendi Süreçlerini Değerlendirmesi, Terapötik Sürecin Bitişi
6	09-2010	6	Direnç, Korku, Adaptasyon, Kırılmak ve İncinmek
7	11-2010	9	Mentalizasyon - Zihinselleştirme
8	02-2011	6	Hastayı İyileştiren Faktörler
9	03-2011	7	Dengede Olmak
10	04-2011	7	Nilüfer'in Kişilik yapısı Üzerinden Benzerliklerimiz ve Farklarımız
11	05-2011	8	Öfke
12	06-2011	3	Duyguların Dışarı Çıkması
13	09-2011	7	Nilüfer üzerinden İç Dünyadan Dış Dünya Geçişi
14	09-2011	6	Ölüm Duygusu, Terapistin Geçiş Nesnesi Olması
15	10-2011	6	Köşedeki Nilüfer Grup Terapisinde Nilüfer'i Anlamak
			İkilem- Kendin Olmak
			Dış Dünyanın Acı Gerçekliğine Karşı Tepkiler
			Kognitiflikten Deneyime
			Füzyon Bozulduğundaki Agresyon
			Yaşadığın Hafta Üzerinden Kendine Bakmak

Grup üyelerini psikoterapi enstitüsü tarafından bireysel terapileri devam eden bireyler oluşturmaktadır. Grup seanslarında bireylerin tanılarını konuşmadıkları daha çok kendilik

tasarımları üzerinde durdukları gözlenmiştir (01-2009 tarihli grup oturumu). Bu doğrultuda çeşitli kişilik örgütlenmeleri, kendilik bozuklukları bulunan bireylerle dinamik grup terapisi yapıldığı söylenebilir.

Paylaşımlar sırasında bireylerin kendilik tasarımları içselleştirilmiş nesne ilişkileri grup üyeleri tarafından karşılıklı etkileşim ile incelendiği gözlenmiştir. İçselleştirilmiş nesne ilişkilerinin bireysel terapilere göre; grup terapilerinde daha hızlı dönüldüğü anılara daha hızlı gidildiği dinamiklerin daha hızlı açığa çıktığı gözlemlenmiştir.

Grup üyelerinden biri çoklu kişilik bozukluğu bulunan birey oluşturmaktadır. Bu çalışmada bu bireye Nilüfer kod adı verilmiştir. Nilüfer'in önce kamera arkasından, daha sonra grup masası dışında, daha sonra da grup masasının içinde yer aldığı, önce grup üyeleri ile hiçbir iletişimde bulunmadığı grup üyelerinin kapsayıcılığı ile süreç içinde kendini açtığı ve gruba katıldığı gözlenmiştir (06-2011 tarihli oturum ve 'Köşedeki Nilüfer Grup Terapisinde' gündemi). Bu kişinin grup terapide zemin oluşturduğu, bireylerin kendi süreçlerini bu kişiyi referans alarak da değerlendirdiği ve tanımladığı görülmektedir (03-2011 tarihli oturum 'Nilüfer'in Kişilik yapısı Üzerinden Benzerliklerimiz ve Farklarımız' konulu oturum ve 05-2011 tarihli 'Nilüfer üzerinden İç Dünyadan Dış Dünya Geçışı' konulu oturum).

Grup üyelerinin çoklu kişilik bozukluğuna sahip bireyi kapsadıkları, onu iyileştirmeye çalışırken kendi süreçlerini iyileştirdikleri görülmektedir. Bir ötekini kendi nesne tasarımı üzerinden değerlendirmek ona karşı direnç geliştirmemek ve kendi dinamiklerini değerlendirecek zemin olarak kabul etmek iyileşme faktörleri olarak sayılabilir. Bu nokta da Çoklu Kişilik Bozukluğu bulunan Nilüfer'in grup oturumlarında diğer üyelerin kendilerini değerlendirmeleri, farkındalıklarını geliştirmeleri ve bütünleşmeleri anlamında katkısının büyük olduğu söylenebilir.

Kohutyen açıdan bakıldığında, bu bireye diğer üyelerin birincil ve ikincil aynalama gerçekleştirdikleri, optimal üstü kırılma yaratmamaya özen göstermeleri kendi içlerinde aynalamaları içselleştirmelerine etken olduğu ve Nilüfer'in süreci üzerinden ve terapistin Nilüfer'e yaklaşımı üzerinden dönüştürerek içselleştirme süreci yaşadıkları düşünülmektedir. Grup üyelerinin çoklu kişilik bozukluğu bulunan birey üzerinde yeni bir nesne tasarımı oluşturmaya çalıştıkları gözlenmiştir.

Grup terapide terapistin orkestra şefi gibi, aktif rolü olduğu gözlenmektedir. Grup seanslarının birinde, terapist seansa geç kalmakta grup yönetimini grup üyelerinden biri devralmakta ancak grup seansı yürütememektedir. Bu çalışma süresince iki orkestra şefi ile görüşülmüş,

aynı sürecin senfoni orkestralarında da geçerli olduğu dile getirilmiştir. Bu bağlamda, başta belirlenen amaçlara ulaşıldığı gözlemlenmiştir.

### **Tartışma**

Çeşitli kişilik bozukluğu olan bireylerin grup terapi süreçlerinin incelendiği bu çalışmada, amaçlanan hedeflerin gerçekleştiği görülmektedir. Grubu bir araya getiren kişiler kim olursa olsun, hayatlarının tarzı, meslekleri karakterleri, zeka düzeyleri bile farklı olabilir. Aslına bakacak olursak grup üyeleri bütün bunları ortak varlığa ekleyerek grup haline gelirler ve bu bireylerin grup içindeki düşünme, hissetme ve davranma tarzı her bireyin içselleştirdikleri nesne ilişkileri doğrultusunda, geliştikleri çevre faktörleri ve yaşamsal bağlamları, genetik alt yapıları doğrultusunda farklılıklar gösterir.

Psikolojik grup belirli bir süre için bir araya getirilmiş benzer olmayan unsurlardan oluşan duruma bağlı bir yapıdır. Tam anlamıyla bir araya gelerek bir vücudu oluşturan hücreler yeni bir varlığın özelliklerini gösterir ve bu özellikler hücrelerin tek başınayken gösterdikleri özelliklerden oldukça farklıdır (Freud, 2016). Gözlemlenen bu çalışmada da üyeler, farklı özellikler göstermektedir. Freud grubu, hücrelerden oluşan vücut olarak tanımlamış bu çalışmada gözlemci, grup sürecinin tamamını farklı notaların oluşturduğu senfoni olarak tanımlamıştır. Gözlemlenen grup seanslarında her bir birey kendi notasının sesini bulmaya ve çıkarmaya çalışmakta ayrıca bir araya gelerek bir diğerinin ses tınısının yakalanması için detay yaratan, bir diğer sesin farkını kendi sesi ile gösteren, seslerin içselleşmesi gibi detaylar içeren senfoni bütünleşmesi sergilemektedirler.

Grubun ilk dakikaları, terapistin seansta bir yapı oluşturması için fırsat sunar. Terapist resmi giriş yapar ve oturumu başlatır. Gruba yeni gelen üyeleri grup ile tanıştırır yeni üye yok ise grubun işleyiş ve amacını toparlar (Yalom, 2003). Gözlemlenen grupta da terapist her oturum başlangıcında, her bir üyeye tek tek sorarak konuşmak istedikleri gündemi belirtmelerini istemektedir. Önerilen gündem maddeleri arasında grup konuşmak istediği gündemi veya gündemleri belirlemektedir.

Her inşada kendini tanıma, anlama, psikolojik, duygusuna ve fiziksel dünyasına ilişkin bilgiler toplama dürtüsü vardır. ‘Kendini araştırma dürtüsü’ aynı zamanda Rogers’in motivasyon kuramıyla da ilişkilidir. Rogers’a göre ‘kendini gerçekleştirme’, organizmanın olgunlaşma yönünde hareket etme eğilimidir. Kendini araştırma dürtüsü organizmanın olgunlaşma ve kendini gerçekleştirme davranışının bir yönüdür. Kişi kendini tanıma ve

farkına varma yeteneğini geliştirdikçe daha fazla bağımsızlık olabilmekte ve sorumluluk yüklenebilmektedir (Naar, 1993). Gözlemlenen grup seanslarında grup üyelerinin kendilerini araştırmaya yönelik gündem maddesine yöneldikleri, kendilerini gerçekleştirmeye yönelik motivasyon içinde oldukları görülmüştür (11-2008 tarihli oturumun Kendiliğim yok- Negatifim çok- Kurtarın Beni gündem maddesi).

Grup terapi süreçlerinde aktarım olgusu ortaya çıktığında, terapistin hastanın hangi iç karakterini yansıttığını analiz etmeye ihtiyacı vardır. Bu analiz, hastanın dış nesnel gerçeklik ile oluşan rollerini ayırt etmesine yardımcı olur. Bu süreçte hastanın iç dünyasının somutlaştırılması gerçekleştirilmiş olur (Figusch, 2009). Gözlemlenen grupta aktarımların hem terapist tarafından hem de diğer grup üyeleri tarafından ifadeleştirildiği ve somutlaştırıldığı görülmüştür (Tüm grup oturumlarında bu süreç görülmektedir).

Ericson'a göre (1950,1959), bebeklik döneminde doyurma ritmi' temel güven'in temelini atar. 'Temel güven' in geleceğe yansıtılması umut yaratır, bilinçli umut arzuların doyurulmasını, bilinç dışı umut geleceği destekleyici olanaklar bulmak içindir. Winnicott (1953) için genel çarpışma insanın gerçek olma duygusu hakkındadır. Kişi kendisini gerçek mi yoksa paramparça kendilik olarak mı hissetmektedir? (Akhtar, 2015). Gözlemlenen grup seanslarında temel güven duygusunun yeniden yapılandırılmaya çalışıldığı (09-2011 tarihli oturumun Dış Dünyanın Acı Gerçekliğine Karşı Tepkiler gündemi) görülmektedir. Tüm seansların Winnocott'un gerçek olma durumu üzerinde durulduğu, bölme mekanizması üzerinden yorumlandığı ve deneyimin ara alanının oluşturulduğu görülmektedir. Terapistin danışan için geçiş nesnesi olduğu (05-2011 tarihli oturumun Nilüfer üzerinden İç dünyadan Dış Dünyaya Geçiş gündemi) görülmektedir.

.Eren ve Ögünç'ün (2012) borderline kişilik bozukluğu gösteren hastalarla yaptığı çalışmada, grup psikoterapi sürecinin nesne ilişkileri üzerine etkileri incelenmiş, grup terapi sürecinin anlamlı düzeyde nesne ilişkilerine etkisi olduğu tespit edilmiştir (Eren ve Ögünç, 2012). Eren ve Ögünç'ün (2012) çalışmasının grup terapisine katılan hastaların grup öncesi ve grup sonrası "bütünleşme" sonuçlarına bakıldığında "nesne ve eylem belirgin olmayan bütünleşmesi" değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı artış görüldüğü, grup terapisine girmeyen karşılaştırma bireylerinde "nesne ve eylemin eş olmayan bütünleşmesi" değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı azalma görüldüğü, grup terapisine katılan hastaların bekleme listesine göre daha bütünlüklü bir yapı oluşturmaya doğru gelişme gösterdikleri ortaya konmuştur (Eren ve Ögünç, 2012). Gözlemlenen çalışmada da grup süreçleri sonrasında bütünleşme olduğu görülmektedir.



## Sonuç

Yapılan bu çalışmada kişilik örgütlenmesi (kendilik bozukluğu) olan hastalarda grup terapi sürecinin etkili olduğu ve grup üyelerinde iyileşme olduğu gözlemlenmiştir. Eren ve Ögünç'ün (2012) yaptığı çalışmada da grup terapisinin kendilik bozukluğu olan hastalarda etkili olduğu niceliksel olarak tespit edilmiştir. Çalışma deşifre üzerinden analiz edildiği için gözlemci etkisi bulunmamaktadır.

## Öneriler

Bu çalışmanın sonuçlarına göre grup terapi süreçleri kendilik bozukluğu olan kişilerde etkin olarak kullanılabilir. Araştırmaya kontrol grubu da eklenip grup terapi süreçleri ön test ve son test uygulanarak niceliksel olarak da değerlendirilebilir. Türkiye'de yapılmış bu konuya yönelik çok az araştırma olduğundan, karşılaştırma verilerine ulaşılammıştır. Çalışma dünya literatürü ile değerlendirilebilir. Ancak nitel bir araştırma olması karşılaştırmayı zorlaştırmaktadır. Nicel veriye ulaşırsa karşılaştırma olanağı da kolaylaşacaktır.

Yapılan bu çalışma yeni yapılacak çalışmalara birçok boyutta kaynaklık edebilir. Grup seansları tek tek bireyler üzerinden değerlendirilebilir ve her bir birey üzerinde olgu araştırması, seansların geçtiği klinik ortam Josaph Lizhenberg'in belirttiği 'İrdeleyici Psikoterapilerde Klinik Ortam' başlığı altında değerlendirilebilir. Grup seanslarına katılan bireyler ile katılmayan bireylerin bütünleşme karşılaştırmaları ele alınabilir.

## Kaynakça

- Akhtar, S. (2015). *Hasarlanmış çekirdek kökenler, dinamikler, göstergeler ve sağaltım* (A. Eğilmez, çev.). İzmir: Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Eğitim Hizmetleri.
- DSM V. TR. (2014). *Tanı ölçütleri başvuru el kitabı* (E.Köroğlu, çev.). Ankara: Amerikan Psikiyatri Birliği, Boylam Psikiyatri Enstitüsü.
- Eren, N. ve Ögünç N. E. (2012). Borderline kişilik bozukluğu gösteren hastalarda psikodinamik grup psikoterapi sürecinin nesne ilişkileri üzerine etkileri. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 3(1), 30-37.
- Freud, S. (2016). *Grup psikolojisi ve ego analizi* (H.İlhan, çev.). Ankara: Yason Yayınları.

- Figusch, Z. (2009). *Bireysel psikodramadan büyük gruplarla sosyo-psikodramaya* (B.Armağan, çev.). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Masterson, J. F. ve Klein, R. (2013). *Kendilik bozuklukları tedavisinde yeni ufuklar masterson yaklaşımı* (M.Yönten ve N.Gazioğlu, çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Mitchell, S. A. ve Black J. M. (2014). *Freud ve sonrası modern psikonalitik düşüncenin tarihi* (A. Eğrilmez, çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Mitchell, S. A. (2009). *Psikanalizde ilişkisel kavramlar bir bütünleşme* (G. Algaç, İ.Anlı, çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Naar, R. (1993). *Grup psikoterapisine ilk adım* (N. H. Şahin, çev.). İstanbul: İmge Kitapevi Yayınları.
- Özakkaş, T. (2011). *Bütüncül psikoterapi*. İstanbul: Litera Yayınları.
- Tura, S. M. (2000). *Günümüzde psikoterapi*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Volkan, V. (2007). *Psikoterapide nesne ilişkileri* (A.Koçdere, çev.). Bursa: Psikiyatri Merkezi.
- Yalom, I. D. (1999). *Grup psikoterapisinin teori ve pratiği* (Ö.Karaçam ve ark., çev.). İstanbul: Kabalcı yayınevi.
- Yalom, I. D. (2003). *Kısa süreli grup terapileri* (Z.İ. İyidoğan, çev.). İstanbul: Kabalcı yayınevi.